

# Studie NutriGeD: Entwicklung eines transkulturellen Hilfsmittels für die Ernährungs- und Diabetesberatung bei Tamilinnen mit Gestationsdiabetes

**Gestationsdiabetes mellitus (GDM) ist eine Form von Diabetes, welche in der Schwangerschaft das erste Mal auftritt. Tamilinnen haben aufgrund der Ethnizität ein erhöhtes Risiko, GDM zu entwickeln. Da die tamilische Bevölkerung in der Schweiz eine der grössten Migrationsgruppen darstellt, setzte sich das Projekt NutriGeD (Nutrition Gestational Diabetes) mit der Thematik GDM bei Tamilinnen auseinander. Das Ziel von NutriGeD, welches von der Berner Fachhochschule durchgeführt wurde, war die Förderung der transkulturellen Kompetenz bei Gesundheitsfachpersonen. NutriGeD umfasst die neuartige Entwicklung von Hilfsmitteln (MigMapp©) für die Beratung von Tamilinnen mit GDM.**

*Prof. Dr. Leila Sadeghi, Dozentin – Stv. Leiterin aF&E Ernährung und Diätetik, Gründerin des Projektes NutriGeD und der MigMapp©, Berner Fachhochschule, Fachbereich Gesundheit, aF&E Ernährung und Diätetik*

*Marina Beyeler, BSc Studentin in Ernährung und Diätetik, Berner Fachhochschule, Fachbereich Gesundheit*

*Augustina Ewere Ayogbe, Masterkandidatin, MSc in Life Science Food, Nutrition and Health, Hochschule für Agrar-, Forst- und Lebensmittelwissenschaften HAFL*

## Die tamilische Bevölkerung im Fokus

Heute leben ungefähr 50 000 Tamilen und Tamilinnen in der Schweiz, was somit eine der grössten Diaspora weltweit ausmacht (1). Tamilische Frauen haben genetisch bedingt ein erhöhtes Risiko, GDM zu entwickeln. Aktuelle Studien zeigen, dass ungefähr 18 % der schwangeren Frauen dieser Risikogruppe GDM haben (2). Die

Behandlung von GDM erfolgt meist durch eine adäquate Ernährungsumstellung. Einige Punkte, welche individuelle Empfehlungen und Anpassungen der Ernährungsgewohnheiten von tamilischen Migrantinnen mit GDM besonders herausfordernd machen können, sind folgende: 1.) Bei GDM muss die Kohlenhydratzufuhr eingeschränkt werden. Die tamilische Küche ist traditionsgemäss jedoch sehr reislastig, was die Umsetzung der Empfehlun-

gen erschwert. 2.) Die Vereinbarung der Ernährungsumstellungen mit dem Glauben und der Religion ist für tamilische Migrantinnen oft schwierig. 3.) Für tamilische Migrantinnen kann die Ernährungsberatung und -umstellung besonders herausfordernd sein, da es in der Schweiz bisher keine offiziellen Hilfsmittel gibt, welche die Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten sowie die Bedürfnisse von Tamilinnen berücksichtigen.

Das Projekt NutriGeD (Nutrition Gestational Diabetes, 2014–2015) zielt darauf hin, diese Lücke zu schliessen, die Zusammenarbeit während einer Ernährungsberatung zu fördern und die Patientinnen zur aktiven Teilnahme zu motivieren.

## Ziel des Projekts

Das Projekt NutriGeD wurde im Jahr 2015 abgeschlossen (Abbildung 1). Es wurde vom Bundesamt für Migration (neu: Staatssekretariat für Migration) unterstützt. Das Hauptziel des Projekts war die Entwicklung eines Beratungshilfsmittels mit multidisziplinärem Ansatz zum Thema GDM (MigMapp© = Migrationsmappe). Das Hilfsmittel integriert, für eine optimale Beratung von Migrantinnen ta-

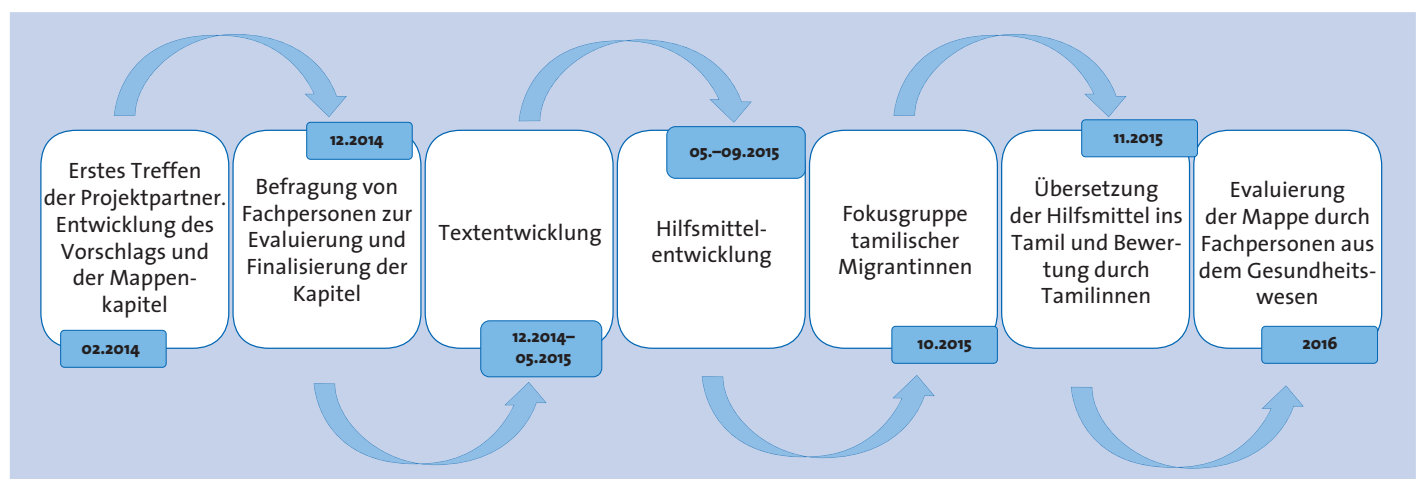


Abbildung 1: Zeitspanne des NutriGeD-Projekts.

milischer Herkunft, deren Ernährungsge-  
wohnheiten und Lebensstil. Das Projekt  
basiert somit auf einem innovativen Kon-  
zept, das erstmals den Fokus auf die tami-  
lische Bevölkerung mit Berücksichtigung  
des kulturellen Hintergrunds legt.

Da die Zusammenarbeit mit der betroffe-  
nen Bevölkerungsgruppe und die Partner-  
schaft mit einem tamilischen Verein aus  
der Deutschschweiz erfolgte, konnte opti-  
mal auf die Bedürfnisse und Erwartungen  
der Zielgruppe eingegangen werden.

Mittels MigMapp® kann eine Steigerung  
der Erfolgsbilanz in der Ernährungsbera-  
tung bei der berücksichtigten Zielgruppe,  
mit erhöhter Zufriedenheit und Compli-  
ance der Patientinnen, erreicht werden.  
Dieses Projekt fördert die Weiterentwick-  
lung des Konzepts transkulturelle Ernäh-  
rungsberatung (Transcultural Nutrition  
Counseling). Eine Sensibilisierung des  
Fachpersonals im Gesundheitswesen in  
Bezug auf transkulturelle Kompetenz kann  
das Vertrauen der Migrationsbevölkerung  
– in diesem Fall der tamilischen Migrantin-  
nen – erhöhen.

### Inhalt des Hilfsmittels

Das Projekt NutriGeD hat sich auf die Ent-  
wicklung der folgenden zwei Hilfsmittel  
fokussiert:

Ein Handbuch für beratende Fachpersonen  
mit Fokus auf tamilische Migrantinnen.  
Das Handbuch umfasst Themen wie  
Gestationsdiabetes, transkulturelle Kom-  
petenz, die tamilische Bevölkerung in der  
Schweiz, die spezifische Behandlung der  
Zielgruppe sowie Ernährungs- und Bewe-  
gungsempfehlungen für die Zielgruppe  
(Abbildung 2). Ein zweisprachiger «Aufstel-  
ler» (Deutsch – Tamil) für die Beratung der  
Zielgruppe (Abbildung 3).

### Ein multidisziplinäres Projekt

Das Projekt NutriGeD wurde interdisziplinär  
mit Unterstützung von der Schweizer-  
ischen Diabetes-Gesellschaft (diabetes-  
schweiz), der Zürcher Diabetes-Gesellschaft  
(ZDG), dem Tamilischen Verein Nordwest-  
schweiz, Nalavalvu (Verein von tamilischen  
Gesundheitsfachpersonen in der Schweiz)  
sowie von diversen Gesundheitsfachper-  
sonen verwirklicht.



Abbildung 4: Titelseite des Handbuchs (links). Abbildung 3: Ausschnitt aus dem Aufsteller.



Diese Partner haben zum Inhalt der Mig-  
Mapp® beigetragen, wodurch die Rele-  
vanz und die Qualität der gegebenen In-  
formationen sichergestellt wird. Eine  
andere Stärke des NutriGeD-Projekts ist  
die enge Zusammenarbeit mit der betrof-  
fenen Migrationsgruppe, welche im letz-  
ten Jahr durch den Austausch mit einem  
tamilischen Verein in der deutschsprachi-  
gen Schweiz erreicht wurde.

### Evaluation des Implementationspotenzials

Die MigMapp® wurde mit Hilfe der Mei-  
nungen von Gesundheitsfachpersonen  
auf Inhalt und Implementationspotenzial  
in der Praxis evaluiert. Zu den Fachperso-  
nen zählten Ernährungsberaterinnen und  
-berater, Diabetesfachpersonen, Ärzte und  
Ärztinnen sowie Hebammen. Basierend  
auf deren Rückmeldungen werden die  
Hilfsmittel momentan im Inhalt und der  
Struktur überarbeitet. Dieses Nachfolge-  
projekt wurde finanziell durch die Stiftung  
für Bevölkerung, Migration und Umwelt  
(BMU) unterstützt. Die Evaluation fand in  
Form einer schriftlichen Online-Umfrage  
statt, welche beim Pretest mit 10 und  
bei der folgenden Evaluation mit 50 Fach-  
personen aus dem Gesundheitswesen  
durchgeführt wurde. Der Fokus bei dieser  
Umfrage lag auf dem Implementationspo-  
tenzial, also der Einführung des transkul-  
turellen Hilfsmittels in die Praxis. Daraus  
resultierte, dass die Mehrheit der befrag-  
ten Personen (92 %) die Implementation  
des erstellten transkulturellen Hilfsmittels  
in der Praxis empfehlen würden (Abbil-

dung 4). Dies kann als Interesse seitens der  
Fachpersonen in der Praxis gedeutet wer-  
den, was das Potenzial von Hilfsmitteln  
mit einem transkulturellen Fokus zum  
Vorschein bringt. Nach dem Abschluss  
des vorliegenden Projekts werden voraus-  
sichtlich weitere Projekte mit demselben  
Konzept, aber mit anderen Bevölkerungs-  
gruppen und deren spezifischen Krank-  
heitsbildern, geplant.

### Diskussion und Schlussfolgerung

Das Ziel der MigMapp® ist die Verbesse-  
rung der Zusammenarbeit zwischen Ge-  
sundheitsfachpersonen und Patientinnen.  
Diese Hilfsmittel sollen Ernährungsberate-

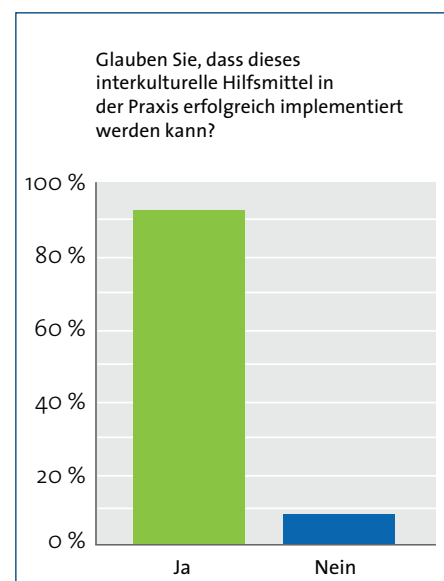


Abbildung 2: Antworten der befragten  
Fachpersonen zum Implementationspotenzial  
in der Praxis.



**Prof. Dr. Leila Sadeghi**  
Dozentin – Stv. Leiterin  
aF&E Ernährung und  
Diätetik, Gründerin des  
Projektes NutriGeD und der  
MigMapp©, Berner  
Fachhochschule, Fachbe-  
reich Gesundheit, aF&E  
Ernährung und Diätetik,  
Murtenstrasse 10  
3008 Bern, Schweiz



**Marina Beyeler**  
BSc Studentin in Ernährung  
und Diätetik,  
Berner Fachhochschule,  
Fachbereich Gesundheit,  
Murtenstrasse 10  
3008 Bern, Schweiz



**Augustina Ewere Ayogbe**  
Masterkandidatin,  
MSc in Life Science Food,  
Nutrition and Health,  
Hochschule für Agrar-,  
Forst- und Lebensmittel-  
wissenschaften HAFL,  
Länggasse 85  
3052 Zollikofen, Schweiz

rinnen und -berater sowie Diabetesfachpersonen und andere Gesundheitsfachpersonen, die mit Migrantinnen zusammenarbeiten, sensibilisieren und die transkulturelle Kompetenz fördern. Dieses Projekt wurde mit Hilfe eines interdisziplinären Teams verwirklicht. Zudem wurde das Projekt mit Unterstützung von der Schweizerischen Diabetes-Gesell-

schaft (diabetesschweiz) und dem Tamilischen Verein Nordwestschweiz durchgeführt. In einem nächsten Schritt werden die entwickelten Hilfsmittel auf die Wirksamkeit in der Praxis getestet. Die im vorliegenden Projekt entwickelte MigMapp© eröffnet diesbezüglich neue, attraktive Möglichkeiten für eine wirksame und effiziente Ernährungs- und Diabetesberatung von schwangeren Migrantinnen tamilischer Herkunft mit GDM. In diesem Projekt wird ein Hilfsmittel entwickelt, welches die Bedürfnisse der Klientinnen berücksichtigt und mit dem das Fachpersonal arbeiten kann. So werden die Fachpersonen im Gesundheitsbereich zum Thema transkulturelle Kompetenz sensibilisiert. Es wird erwartet, dass die bis anhin oft aufwendige Kommunikation zwischen Fachpersonal und Patientin durch die erstellten Hilfsmittel optimiert wird. Fachpersonen werden u.a. mit sozioökonomischen und kulturellen Aspekten der tamilischen Migrationsbevölkerung vertraut, was zu einem besseren Verständnis führt und den Behandlungserfolg positiv beeinflussen kann. Durch die spezifisch zugeschnittenen Beratungsunterlagen fühlen sich die Klientinnen in ihrem kulturellen Hintergrund wahrgenommen, wodurch eine erhöhte Motivation der Patientinnen im Hinblick auf das Diabetesmanagement erwartet wird. Letztendlich sollte dieses Hilfsmittel die Kommunikation zwischen Patientin und Fachperson fördern und bessere Therapie-Outcomes ermöglichen.

## Zukünftige Projekte

Die Finalisierung der MigMapp© ist im Gange. Sobald die Hilfsmittel finalisiert sind, ist geplant, diese in verschiedenen Spitälern und Beratungspraxen in der Deutschschweiz zu verteilen. Die transkulturellen Hilfsmittel werden auf Französisch übersetzt, sodass sie auch für die Spitäler und Beratungspraxen in der französischsprachigen Schweiz eingesetzt werden können. Das NutriGeD-Team diskutiert momentan über eine internationale Zusammenarbeit, um weitere Hilfsmittel für andere Migrantengruppen und deren häufig auftretenden Krankheitsbilder mit einem ähnlichen Ansatz zu entwickeln.

## Danksagung

Die Autorinnen bedanken sich ganz herzlich für die finanzielle Unterstützung bei folgenden Institutionen: Staatssekretariat für Migration (SEM) und Stiftung für Bevölkerung, Migration und Umwelt (BMU) für das Projekt NutriGeD respektive die NutriGeD-Evaluationsstudie.

### Quellenverzeichnis:

- (1) Gesellschaft für bedrohte Völker (2013). 30 Jahre Tamlén in der Schweiz: Schutz der Menschen statt Wegweisungen! Retrieved August 4, 2014, from [http://www.gfbv.ch/de/kampagnen\\_projekte/sri\\_lanka\\_kriegsverbrecher\\_müssen\\_strafrechtlich\\_verfolgt\\_werden.cfm?517/1/30-Jahre-Tamlén-in-der-Schweiz-Schutz-der-Menschen-statt-Wegweisungen](http://www.gfbv.ch/de/kampagnen_projekte/sri_lanka_kriegsverbrecher_müssen_strafrechtlich_verfolgt_werden.cfm?517/1/30-Jahre-Tamlén-in-der-Schweiz-Schutz-der-Menschen-statt-Wegweisungen)
- (2) Rajput R., Yadav Y., Nanda S., Rajput M. (2013). Prevalence of gestational diabetes mellitus and associated risk factors at a tertiary care hospital in Haryana. *Indian Journal of Medical Research*. 2013; 137: 728–33.